

SANITAIRE ET SOCIAL

La nature humanise le soin

Jardiner, cultiver, jouer avec un animal... Le contact avec la nature peut constituer un élément majeur d'un projet thérapeutique ou éducatif dans lequel les personnes soignées ou accompagnées prennent soin du vivant. À la clé, une atténuation des troubles, un apaisement, et l'amélioration des liens avec les professionnels.

C'est un grand parc planté de chênes, de platanes et de hêtres, où nichent 45 espèces d'oiseaux différentes. Installé depuis longtemps dans ce coin de nature, l'Institut médico-éducatif (IME) de Lostanges a décidé d'en faire un refuge pour la biodiversité, en partenariat avec la Ligue pour la protection des oiseaux (LPO). « Nous avons intérêt à changer notre regard, à avoir des activités centrées sur l'essentiel, le vivant », plaide Uvaldo Polvoreda, directeur de l'IME tarnais. Car valoriser la biodiversité à des fins éducatives, pédagogiques et thérapeutiques, « c'est permettre aux jeunes en situation de handicap de prendre soin du vivant ». Le soigné devient soignant, responsable du milieu naturel dans lequel il vit et dont il fait partie. C'est « un fabuleux support, source d'apaisement et de cohésion pour les enfants et les adolescents », souligne Uvaldo Polvoreda, qui a vu un enfant très en difficulté, jusque-là à l'écart, indifférent, préparer les nidoirs au milieu d'autres enfants, avec une envie manifeste d'être avec eux et de

les aider. Quant à l'équipe de professionnels, « cela donne du sens à leur travail », relève le directeur.

Pied d'égalité

Ce retour à la nature participe de la remise en cause d'un système sanitaire et social qui tend à déshumaniser l'autre en le réduisant à sa maladie, objet d'une prise en charge technique, et à le confiner dans des espaces fermés. « Il est urgent de se demander comment on prend soin des gens, dans quel environnement », lance Romain Pommier. Psychiatre au centre référent de réhabilitation psychosociale du CHU de Saint-Étienne, il a créé un jardin thérapeutique dans le parc qui jouxte les services hospitaliers de l'hôpital nord et mené une étude sur ce qu'il apporte aux patients. « En s'occupant des plantes au côté des soignants, les patients se trouvent sur un pied d'égalité avec eux, redécouvrent des compétences perdues et se sentent valorisés », note le jeune médecin, pour qui « c'est une façon d'humaniser le soin. » Avec des résultats probants, « atténuation des symptômes, baisse du stress, ce qui permet de diminuer la consommation de médicaments ». Son objectif est désormais de développer cette approche dans tout le réseau d'accompagnement, associatif ou public, du territoire stéphanois.



LE POINT DE VUE

Dr Thérèse Jonveaux, médecin neurologue au CHU de Nancy

« Tout est fait pour faciliter la mise en jeu de la mémoire »

« Le jardin thérapeutique ne guérit pas, mais

il permet d'atténuer les troubles. Il se conçoit différemment selon le type de maladie, cancer, autisme, Alzheimer... Au CHU de Nancy, le jardin de 4 000 m² associe végétal et œuvres d'art, d'une grande richesse sensorielle à toutes les saisons, avec une diversité d'itinéraires, pour des personnes atteintes d'Alzheimer ou de maladies apparentées. L'espace est aménagé pour que les patients s'y déplacent de manière autonome et les familles y vont librement. Tout est fait pour faciliter la mise en jeu de la mémoire, du langage, de la communication et des interactions sociales. Une formation à l'utilisation de ces jardins est dispensée aux professionnels au sein du CHU. L'intérêt est aussi d'offrir à tous un contact avec la nature qui nourrit les conversations. Un jardin, c'est un monde où s'évader de la maladie : nidoirs, hôtel à insectes et une profusion de plantes y favorisent la biodiversité et le contact apaisant avec le vivant. »

Mettre en confiance

Même démarche au Pavillon Cousin du centre hospitalier Henri Laborit (Poitiers), où un « jardin de soins » a été aménagé en 2012 pour des personnes âgées de plus de 75 ans souffrant de graves troubles psychiques. Objectif : en faire un lieu de stimulation sensorielle et physique. « On amène des patients en dépression, qui ne sortent plus de leur chambre, à reprendre vie, marcher, occuper leurs mains à prendre soin des plantes », décrit Véronique Paillou, assistante sociale. Avec les légumes du potager, ils font la cuisine, participent à la



préparation de repas. Beaucoup sont d'anciens agriculteurs ou amateurs de jardinage. D'après la docteure Rolande Bouquet, chef de service, dans ces activités concrètes et simples qui ont du sens pour eux, en contact avec la nature, leurs souvenirs s'éveillent et ils retrouvent progressivement une identité. « Ils sont moins tendus, moins anxieux, plus sereins », résume le médecin. C'est aussi un moyen de les mettre en confiance. « On partage ces moments, on désherbe, on fait des semis... et ils évoquent des moments passés. Je fais alliance plus facilement avec eux pour les accompagner dans leur projet de vie et j'évalue plus justement leurs ressources », constate l'assistante sociale.

L'animal est un médiateur

Dans la même approche de reconnexion avec le vivant, avec la volonté que cela complète les soins médicamenteux et psychologiques, des équipes favorisent les contacts avec les chevaux, les chiens... « Dans le soin, la médiation animale apporte une sécurisation émotionnelle et cognitive, cela réduit les angoisses », analyse Didier Vernay, médecin neurologue au CHU de Clermont-Ferrand, coordinateur pédagogique du DU relation d'aide par la médiation animale. « L'animal est un médiateur entre un thérapeute et son patient », explique François Beiger, fondateur et directeur de l'Institut français de zoothérapie, et pour être un bon médiateur, « reçoit une éducation spécifique », précise ce passionné d'éthologie. Au-delà de l'équithérapie, pratiquée depuis longtemps, il s'agit d'introduire des animaux familiers,

765

Le nombre d'Ehpad dans lesquels un chien est présent.

Source : Les Cahiers de la Fondation Adrienne et Pierre Sommer, Personnes âgées et médiation animale, 2018.

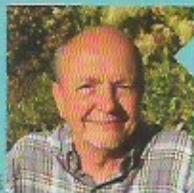
des chiens en particulier, ou des animaux de ferme, lapins, chèvres... qui donnent envie à des personnes apathiques, repliées sur elles-mêmes, d'entrer en relation, en misant sur le plaisir qu'elles ressentent à être en contact avec un animal. « Elles les prennent dans les bras, elles les caressent, leur parlent, se confient », témoigne Jean-Philippe Artigue, qui intervient depuis plusieurs années dans des Ehpad, des établissements pour handicapés et des prisons, dans le Cantal et les départements environnants. Cela permet aussi de travailler la motricité, en montant à cheval, ou par le biais de jeux avec un chien.

Projet thérapeutique

Mais il ne s'agit pas simplement d'introduire des plantes ou des animaux. L'objectif est de concevoir une démarche adaptée pour qu'elle prenne sens dans un projet thérapeutique. « Un jardin de soins, c'est un lieu pensé pour les patients, inscrit dans leur prise en charge, avec une médiation professionnelle », résume Isabelle Boucq, présidente de la Fédération française jardins, nature et santé. D'où la nécessité de faire appel à des experts et de former des professionnels au sein des établissements. Animateur de la vie sociale dans un foyer d'accueil médicalisé pour adultes cérébro-lésés, la Maison des Aulnes (Yvelines), Stéphane Lanel s'est ainsi appuyé sur des partenaires pour créer le Jardin d'Épicure, avec ses fleurs, son potager, son verger, ses serres, ses ruches, ses poules... Les premiers temps, Anne Ribes, pionnière de l'hortithérapie, présidente de l'association Belles plantes, l'a aidé à aménager le site. Et la Fondation Truffaut a financé les achats de matériels et de plantes. Progressivement, l'animateur s'est formé, le plus souvent sur ses propres deniers, à la permaculture et à l'agriculture biologique. « Une révolution douce », commente-t-il. >>

Le CHU de Nancy met le cap sur la biodiversité

Des institutions font de leur jardin thérapeutique un lieu privilégié pour la restauration de la biodiversité. Le CHU de Nancy a ainsi tissé un partenariat avec Gembloux Agro-Bio Tech, une faculté de l'université de Liège (Belgique) spécialisée en agronomie et ingénierie biologique. Au terme d'études menées avec l'équipe des espaces verts du CHU sur le jardin thérapeutique « Art, mémoire et vie », il a été décidé d'introduire plus de 65 nouvelles espèces, dont 38 sauvages, en privilégiant les plantes vivaces. Au total, 2 000 pousses ont été plantées. Résultat : une nette augmentation de la période de floraison et un accroissement de 127 % de la biodiversité du jardin.



LE POINT DE VUE

Dr Didier Vernay, médecin neurologue au CHU de Clermont-Ferrand, coordonnateur pédagogique du DU Relation d'aide par la médiation animale

« La médiation animale, c'est un élément d'une approche holistique »

« Je suis paraplégique et j'ai eu un chien pour m'aider dans ma vie quotidienne. On a la sensation d'être augmenté, d'élargir son univers sensoriel et mental. En consultation, sa présence a à la fois enrichi la relation avec les patients qui arrivent très stressés et détend l'atmosphère. La médiation animale, c'est un élément d'une approche holistique de pathologies lourdes : cela s'inscrit dans un ensemble qui comprend des traitements pharmacologique, psychologique, de la rééducation fonctionnelle... Le chien entre en relation d'une autre manière qu'un humain. Il y a une double dimension psycho-relationnelle et physique. Les effets de la médiation animale sont positifs, par exemple sur les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer, ou encore sur des personnes atteintes de sclérose en plaques qui font du cheval : on repère ce qu'il y a de positif pour le reproduire dans leur quotidien. »

>> À l'IME de Lostanges, la direction a recruté un éducateur spécialisé passionné par la biodiversité et bon technicien pour transmettre son savoir à l'équipe et accompagner les enfants dans leurs découvertes. D'autres, comme Sonia Trinquier, font le chemin inverse. Ingénieure agronome aguerrie, elle s'est passionnée pour l'hortithérapie, a suivi la formation d'aidant Alzheimer dispensée par l'association France Alzheimer, et s'est mise à animer des ateliers jardins adaptés pour des personnes âgées, dans des Ehpad, ou dans des lieux investis par des associations. « J'adapte les séances aux personnes que j'accueille, à leurs envies et leurs capacités », expose la Montpelliéraine.

Être inventif

D'après le centre de formation du Domaine de Chaumont, environ 200 professionnels – infirmiers, aides-soignants, psychologues, éducateurs spécialisés, animateurs, etc. – viennent chaque année se former aux six modules conçus sur le thème du jardin de soins.

Les diverses formations à la médiation animale, universitaires ou associatives, attirent également. Les partenaires, financeurs ou experts, ne manquent pas : fondations (Fondation de France, Fondation des hôpitaux de France...), associations (Jardins et santé, Fédération française jardins, nature et santé...),

LPO, lycées horticoles, collectivités territoriales, etc. Pour aménager un jardin, « on peut aussi se débrouiller, être inventif, sans trop de moyens. Créer des jardinières, organiser un troc de plantes, créer des petites serres avec des bouteilles en plastique... », indique Isabelle Boucq. Dans les jardins aménagés pour des personnes âgées, pas question de s'abaisser jusqu'au sol pour bêcher, semer... Il faut installer des bacs surélevés où jardiner les plantes et le potager. Pour préserver la biodiversité, il est également indispensable de revoir de fond en comble les pratiques d'entretien des espaces verts. Comme la LPO l'a préconisé à l'IME de Lostanges, les coupes doivent être plus rares et faites au moment propice pour laisser la flore et la faune s'épanouir.

Impliquer les utilisateurs

Ces initiatives ne peuvent s'inscrire dans la durée qu'avec le soutien de la direction de l'établissement. Mais « l'idéal, c'est aussi d'impliquer le plus possible les utilisateurs, soignants, patients, résidents, familles », avance la présidente de la Fédération française jardins, nature et santé. Au centre hospitalier Henri Laborit, c'est toute l'équipe du Pavillon Cousin, médecins, soignants, assistante sociale, qui s'est investie dans le projet de jardin thérapeutique, avec l'aide des agents des espaces verts.

En dehors des moments planifiés, les patients peuvent aller librement au jardin. Il est en effet contigu au pavillon dont il n'est séparé que par une grande baie vitrée, ce qui permet aux soignants d'avoir toujours un œil sur eux. Un patient va ainsi faire un peu d'arrosage tous les jours.

Même démarche à l'IME de Lostanges, qui s'est appuyé sur la LPO pour poser un diagnostic sur la biodiversité et définir un plan d'action, mais en confie la mise en œuvre aux enfants et aux adolescents accompagnés par un éducateur spécialisé. « Les enfants ont préparé les bombes à graines, les ont lancées pour créer des prairies fleuries, et ont fabriqué des hôtels à insectes et des nichoirs pour les oiseaux et les chauves-souris », détaille Uvaldo Polvoreda. Ils passent aussi du temps à observer et comprendre ce mystérieux écosystème. Dans ce grand parc planté de chênes, de platanes et de hêtres, ils sont les premiers acteurs du retour à la nature. ♦

Solange de Fréminville

REPÈRES

- **Romain Pommier et al.**, « Approche qualitative de l'éprouvé au jardin de soins ». Une étude exploratoire en psychiatrie de l'adulte (Annales médico-psychologiques, revue psychiatrique, 2017).
- « **La médiation animale avec le chien en maison de retraite en Europe** (France, Italie, Pays-Bas, Allemagne) », CHU de Clermont-Ferrand, 10 septembre 2018 (rapport remis à la CNSA).
- **Les Cahiers de la Fondation Adrienne et Pierre Sommer** bit.ly/34Ok5ZE
- **Fédération française jardins, nature et santé**, f-f-jardins-nature-sante.org/
- **Association Jardins & santé** www.jardins-sante.org